



Manzana Informa:

CÓMO CONVERSAR CON LOS NIÑOS SOBRE EL CORONAVIRUS

Es importante dar un espacio a los niños para conversar sobre la situación que estamos viviendo y para responder posibles preguntas que ellos puedan tener.

La información que se entrega respecto al Coronavirus debe ser limitada y acorde a la edad del niño, dando énfasis en las medidas de prevención. Además, esta información debe ser entregada de manera contenedora, esto significa que el tono emocional debe ser tranquilizador y la información debe ir acompañada de un mensaje de protección donde el niño entienda que los adultos los estamos cuidando.

Ocultar información a los niños o ignorar sus dudas, podría generar más preocupación. Hay que aclararles posibles fantasías que tengan y que puedan estar generando mayor temor. No es necesario tener respuestas para todo, solo es importante que el niño sepa que puede preguntar lo que quiera y que tiene un espacio para expresar las inquietudes que puedan surgir.

Darle un espacio de conversación a los niños también significa estar atentos a sus emociones y validar lo que está sintiendo. Es importante dar un mensaje de tranquilidad, permitiendo que el niño exprese sus emociones y los adultos debemos entregarles información concreta y segura. Si notamos que un niño está mostrando síntomas ansiosos (dificultad para dormir, irritabilidad, entre otros) ayudémosle a expresar y verbalizar lo que puede estar gatillando esa ansiedad.

Dentro de lo posible, se recomienda evitar que el niño pase mucho tiempo frente a la pantalla (televisor, computador, celular o Tablet). Para eso es beneficioso darles roles y tareas que sean adecuadas a su edad, ejemplo: poner la mesa, retirar los platos, ordenar juguetes etc. y como parte de la rutina promover las principales medidas de prevención, como lavarse las manos.

Tratemos de dar contención a nuestros niños en tiempo de crisis, para ello es importante calmar nuestra propia ansiedad. Dar un espacio de conversación a los niños entregando información cuando estemos tranquilos y no transmitirles miedo. Apoyarse de otros adultos y limitar el acceso a redes sociales ayudará a estar menos ansiosos. En la medida que promovamos la responsabilidad y sembramos tranquilidad en los niños, todos saldremos fortalecidos.

Jardín Infantil y Sala Cuna Manzana Verde.

Agosto 2020.